

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN
SEBELUM MENGHADAPI PERTANDINGAN
PADA ATLET FUTSAL**

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta sebagian persyaratan
memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Disusun Oleh :

RACHMAD DARMAWAN

F.100090178

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN
SEBELUM MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET FUTSAL**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam mencapai derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Diajukan oleh :

Rachmad Darmawan

F100090178

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN
SEBELUM MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET FUTSAL**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh

derajat Sarjana S-1 Psikologi

Diajukan oleh :

Rachmad Darmawan

F100090178

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
KECEMASAN SEBELUM MENGHADAPI PERTANDINGAN
PADA ATLET FUTSAL**

Diajukan oleh:

Rachmad Darmawan

F 100090178

Telah Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama



Dra. Zahrotul Uyun, M.Si

Surakarta, 1 Oktober 2014

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN
SEBELUM MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET FUTSAL**

Rachmad Darmawan

F 100090178

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 16 Oktober 2014

dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

Penguji Utama

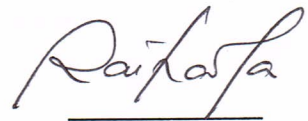
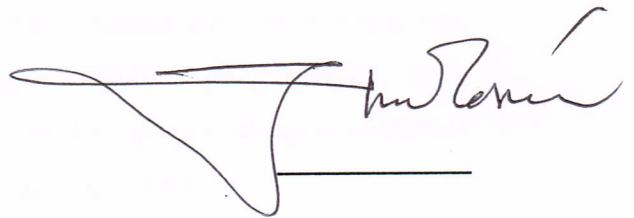
Dra. Zahrotul Uyun, M.Si

Penguji Pendamping I

Drs. H Muhammad Amir, M.Si

Penguji Pendamping II

Permata Asfi, S.Psi, MA

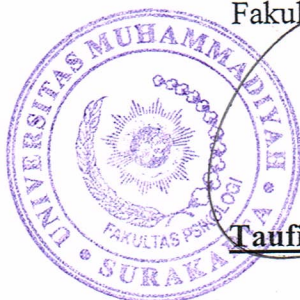


Surakarta, 16 Oktober 2014

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



Taufik, M.Si., Ph.

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrohmaanirrahiim

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Rachmad Darmawan

NIM : F 100 090 178

Fakultas/Jurusan : Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI
DENGAN KECEMASAN SEBELUM MENGHAAPI
PERTANDINGAN PADA ATLET FUTSAL

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan bukan merupakan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila terbukti melakukan plagiat ataupun membuat skripsi dari jasa pembuatan skripsi dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 1 Oktober 2014

Yang menyatakan



Rachmad Darmawan

085720075212

MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan lain) dan hanya kepada Allah kamu berharap”.

(QS. Al-Insyiroh : 6-8)

”Waktu adalah pedang”

(Penulis)

PERSEMBAHAN



Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, karya sederhana ini penulis persembahkan kepada:

“Bapak yang di Surga dan Ibu serta kakak saya atas doa dan kasih sayang yang tak pernah berhenti dan tak bisa untuk diganti dalam memberikan support, dukungan, doa yang tiada lelah terpanjatkan untuk penulis”.

“Orang-orang yang telah memberi kasih sayang dan cinta dalam perjalanan hidup penulis yang tanpa pamrih selalu ada dalam suka maupun duka, lapang ataupun sempit Terima kasih untuk keihlasan kebersamaan selama ini”.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu`alaikumwarohmatullohiwabarokatuh

Alhamdulillah, segala puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi. Sungguh tiada kekuatan dan upaya tanpa kehendak-Nya.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan kerendahan dan ketulusan hati, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak **Taufik, M.Si., Ph.D**, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan izin penelitian.
2. Ibu **Dra. Zahrotul Uyun, M.Si** selaku Pembimbing Utama yang telah berkenan meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan, saran serta masukan selama pelaksanaan dan penulisan skripsi ini.
3. Bapak Drs. H Muhammad Amir, M.Si selaku Dosen Penguji I dan **Ibu Permata Asfi, S.Psi MA** selaku Dosen Penguji II yang telah meluangkan waktu dalam membimbing dan memberikan saran dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu **Usmi Karyani, S.Psi M.Si**, selaku Pembimbing Akademik yang telah dengan penuh perhatian memberikan dorongan dan arahan selama penulis menempuh studi di Fakultas Psikologi.

5. Bapak dan Ibu Dosen dan Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan membantu kelancaran penyelesaian studi penulis.
6. Tim Futsal Victory Solo yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini.
7. Teman-teman SUOF dan Psikologi atas kebersamaanya selama ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terimakasih atas bantuan dan dukungannya.

Semoga Allah SWT membalas jasa serta budi baik Bapak, Ibu, Saudara, dan teman-teman semua. Amien Ya Rabbal `Alamien.

Wassalamu`alaikum warohmatullahiwarokatuh.

Surakarta, 1 Oktober 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
Daftar Gambar.....	xiii
ABSTRAK	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	8
C. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II. LANDASAN TEORI	9
A. Kecemasan	9
1. Definisi Kecemasan	9
2. Aspek-aspek Kecemasan.....	11
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecemasan	14

B. Kecerdasan Emosi	17
1) Definisi Kecerdasan Emosi	17
2) Aspek-aspek Kecerdasan Emosi	18
3) Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecerdasan Emosi.....	20
C. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Sebelum Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Futsal	22
D. Hipotesis.....	26
BAB III. METODE PENELITIAN.....	27
A. Variabel Penelitian	27
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	27
C. Populasi	28
D. Metode Pengumpulan Data	28
E. Validitas dan Reliabilitas	32
F. Metode Analisis Data	34
BAB IV. LAPORAN PENELITIAN	36
A. Persiapan Penelitian	36
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	36
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data.....	37
B. Pelaksanaan Penelitian	39
1. Penentuan Subjek Penelitian	39
2. Pelaksanaan Penelitian	39
3. Pelaksanaan Skoring	39
4. Perhitungan Reliabilitas	40

5. Skoring Untuk Uji Hipotesis.....	43
C. Analisis Data	43
1. Uji Asumsi	44
2. Uji Hipotesis	45
3. Sumbangan Efektif.....	45
4. Kategorisasi	46
D. PEMBAHASAN	47
BAB V. PENUTUP.....	52
A. Kesimpulan.....	52
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1 <i>Blue Print</i> Skala Kecerdasan Emosi	30
Tabel 2 <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan	31
Tabel 3 Komposisi Total Aitem Skala Kecerdasan Emosi yang Valid dan Gugur	41
Tabel 4 Komposisi Aitem Skala Kecemasan yang Valid dan Gugur	42
Tabel 5 Rangkuman Daya Beda dan Reliabilitas.....	43
Tabel 6 Uji Hipotesis <i>Product Moment</i> , Sumbangan Efektif dan Kategorisasi	46

Daftar Gambar

Gambar 1 Kerangka berfikir kecerdasan emosi dengan kecemasan.....	25
---	----

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN SEBELUM MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET FUTSAL

Rachmad Darmawan

ABSTRAK

Masalah yang dialami atlet saat akan menghadapi pertandingan salah satunya kecemasan, seseorang atlet yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi mempunyai kemampuan untuk menerima kelebihan dan kekurangan, mampu mengekspresikan perasaan dengan tepat, mampu memahami diri sendiri, serta mampu mengelola emosi dalam menghadapi suatu pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan sebelum menghadapi pertandingan pada atlet futsal. Pengukuran menggunakan skala kecerdasan emosi dan skala kecemasan masing-masing berjumlah 30 dan 25 aitem. Hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan sebelum menghadapi pertandingan pada atlet futsal.

Subjek dalam penelitian ini adalah pemain futsal yang tergabung dalam akademi Victory Futsal Solo. Adapun jumlah yang terdaftar adalah 70 pemain. Penelitian ini menggunakan *studi populasi*, yaitu menggunakan semua anggota populasi yang ada sebagai subjek penelitian. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala berbentuk tertutup, artinya jawaban-jawaban dari pernyataan telah disediakan sehingga subjek penelitian tinggal memilih yang sesuai dengan keadaan dirinya, data dikumpulkan menggunakan dua macam skala yaitu skala kecerdasan emosi dan kecemasan. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product momen*.

Hasil analisis korelasi *product moment* diperoleh (r) sebesar $-0,587$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Berdasarkan hasil analisis diketahui variabel Kecerdasan emosi pada atlet futsal memiliki rerata empirik (RE) sebesar 94,14 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 67,5, yang berarti kecerdasan emosi pemain terbilang sangat tinggi. Variabel kecemasan memiliki rerata empirik (RE) sebesar 59,73 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 50, yang berarti kecemasan yang dialami pemain terbilang tinggi. Kesimpulan ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan. Semakin tinggi kecerdasan emosi seorang pemain maka semakin rendah kecemasan tersebut, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi seorang pemain maka semakin tinggi kecemasan pemain tersebut.

Kata Kunci : kecerdasan emosi, kecemasan